# ГІПНОТИЗМ І СУҐҐЕСТІЯ.

ЧАСТЬ І.



З численними ілюстраціями.

Накладом Руської Книгарні, 850 Мейн Стр.
ВІННІПЕҐ, МАН.

# ГІПНОТИЗМ і СУҐЕСТІЯ

—o—

**Короткі і популярні вказівки до гіпнотизованя і піддаваня суґестій в цілях лічничих і педаґоґічних.**

З численними ілюстраціями.



**Накладом Руської Книгарні, 850 Мейн стріт.**
**ВІННІПЕҐ, МАН.**

# ВСТУП.

Хто справою гіпнотизма або її спорідненими проявами до тепер близше не занимав ся, звичайно представляє собі через відносні понятя щось надзвичайного і майже надприродного, або також все то, що о нїм чув, уважає за дуриствіство і обманство. Все ще много не знає о тім, що явища гіпнотичного сна від років вже признані наукою і що від давна відхилено в значній мірі містичну заслону надприродности, якою покривили сї справи мрітелї і недівчені девятнайцятого століття.

Тай ще нинї лише мала горстка вчених обізнана докладно із змістом гіпнотизма. Много натуралїстів, навіть лїкарів, з яких заводом сї річи лучать ся стисло, не мають під тим зглядом більше відомости від звичайного нефаховця. З другоїж сторони много нелїкарів і осіб так мущин як і женщин без унїверситетського образованя практично здобули собі солїдне знанє річий в тій галузи фізиольоґії і психольоґії.

По правдї, знанє гіпнотизма і гіпнотичної суґестії повинно стати ся даром цїлого людства. Очевидно, особи, що не знають будови анї дїланя людського орґанїзма, не повинні практикувати при помочи гіпнотизма лїкарської фушерки на своїх ближнїх — з певностию нї! Але як уважний читач із слїдуючих розділів може переконати ся, то знанє явищ гіпнотичних і без сего має дуже велике значінє, навіть в буденнім житю. Побіч сего позваляє нам гіпносисзм глянути в глубину людської душі, на яку кидає нераз ясний промінь світла.

## I.
## ДЕЩО З ІСТОРІЇ ГІПНОТИЗМА.

Ошибочним було би припущенє, що гіпнотизм є добичею новійшого часу. Річ та так стара як сам людский рід,що стремить відгадати всякі тайни природи. З передань старинних народів знаємо, що кромі многих прочих психольоґічних і фізиольоґічних вражінь докладно сліджено прояви сна. А де нас опускають найстарші переданя там памятники клинястого письма, країв положених межи Евфратом а Тигрон, що сягають геть в глубоку старину, з якої всякі инші переданя пропали — кажуть, що найстарший цивілїзований нарід на землї Акадіяни або Сумерани, стояв вже на дуже високім степени просвіти, умів уживати гіпнотизму в такий самий спосіб, як то роблять нинї. В знаменитій школї в Ереху позістав з прадавних часів твір, з якого славний Асурбанагабал*) (біблїйний Сарданапаль в семім столїтю до Христа) казав зробити відпись дотриману в значній части до нинї. В другій книзї сего твору знаходять ся певні докази, що в старинній Акадії були сталі урядники, що були обовязні лїчити хорих при помочи піддавок (гіпнотичних суґестій) се є через вмовлюванє в усипленє. Найдавнїйший санскритський документ, книга правна Мануса, має вже стислі вказівки до засиплюваня. Говорить ся там і про сон на яві і про сон з умаренями і про оден сон приємний, а се подає вказівки досить докладні про знанє гіпнотизма.

---

*) Або Асурбанїпаль, королї Асирії; (від 667 до 626 р. пер. Хр.)



Сила впливу Суґестії.

Жерці старинного Єгипта, що були рівночасно народними лїкарями, клали перед очі хорих метальні, лискучі щити та старали ся тим способом викликати сон, що мав уздоровити. Опісля надибуємо гіпнотизм також у старинних Греків і то під назвою святиняного сну. В Епідаврі була найславнїйша святиня Ескуляпа*), куди відбували паломництва цілї маси народа, аби набрати просвіченя через небесні сни для відзисканя підірваного здоровля. Святиня та стояла в принадній околици на узгірю, окружена городами для грів і святими гаями.

В самій святини находив ся спальний дім для недужих, а недалеко мраморна купіль. Ті, що шукали помочи, мусїли поперед усього заховувати певного рода поздержність і обітувати готовість виконаня всього, що їм прикажуть. Опісля жерці, для збудженя уваги хорих, показували в передсїнках божеські ікони і свячені статуї. Купіль належала до вступної курації, як невідкличне услівє. Також не треба було занедбувати питя води як співає Арістид*) »через чудесне жерело в Перґамі« навіть нїмі відзискували мову. Немічні засипляли звичайно в святини і в снї висказували власну хоробу і оздоровляючі середники. Сплячих в покоях в глубокій тишинї лишали їхнім привидам і божеським роздумам, при чім

*) Ескуляп або Есклєпій, мітичний бог лїчництва, син Аполльона, не лише лїчив хорих, але також воскрешав мертвих. Розгнїваний Зевс кинув на него громом на просьбу Плютона, бога підземеля, якого держава ізза вдалого лїченя Ескуляпа була наражена на вилюдненє.

*) Не вожд атенський, що поміг Мільтіядови поконати Персів під Маратоном 490 р. пер. Хр., але архістид Мілєту, звісний грецький писатель з другого столїтя по Хр.

жерці по збуджуваню хорих оголошували їм призначений спосіб лїченя, як припис дарований богом. Бо недужі (як подає Геродот*«) в більшости случаїв не пригадували собі сего, що зайшло підчас їхнього спаня. Та були і тоді в святинях незасипляючі хорі як і тепер істнують люди, яких не можна заспати гіпнозою. Для таких були осібні жрекин, сомнабульки. В святини Апольопа в Дельфах жрекиня, іменем Пития, сїдала на золотім триніжку, що стояв над прогалиною в скалї, я якої видобували ся сїрчані вапори. В наслїдок сего впадала вона в захватовий сон (екстатичний), підчас якого подавала лїчничі середники для неподатних пацієнтів.Однак були тоже недужі, хоча засипляючі, які не давали ся уздоровити, що заходило (як голосить Арновій) найчастїйше поміж сухітниками. І ся обставина свідчить за тим, що там була мова про гіпнотичні явища, бо відомо, що гіпнотичні піддавки не мають впливу на сухоти. І в Римлян існували Сібілї (пророчиці), які на взір грецьких патій дїлали в самочиннім успаню.

Із введенєм християнства постепенно занепала віра в боже походженє сих явищ а навіть, як побачемо опісля, уважали їх за дїла чорта.

Будь-що-будь і в часах похристових знаходимо много доказів на се, що знали гіпнотизм і його дїланє. Так приміром Порфирий**)

---

*) Загально звісний та дуже поважаний грецький історик, уроджений в Галїкарнасї і названий Атенцями »батьком історії« (484 — 406 перед Хр.)

**) Латинський писатель, защитник християнства; умер 327 р. по Христї.

римський поет з другого віка по Христі описує борби межи Пльотином а Олїмпієм. Пльотин візвав Олїмпія на маґічні штуки і ся надзвичайна борба мала відбути ся в присутности учеників обох сторін. Пльотин напер з плизка на Олїмпія встромив через кілька хвиль острий і проникливий погляд в очи противника і опісля сказав так голосно, що всї чули: »Глядїть, черево Олїмпія стягає ся так як мішок на гроші«. Олїмпій почув біль і признав, що Плотин посїдає більшу силу чим він сам.

В 11. столїтю віднаходимо гіпнотизм на горі Атос в монастири Гесіхастів, які мали наводити самоуспанє через звернене погляду на свій пупець. Задля сего називали їх Омфальопсихіками, себто пупогледами. В пізнїйшім часї знаний лїкар середновічний, Теофраст Парацельзій, професор унїверситету в Базилеї, оповідає, що в законї монахів в каринтійськім Осіяку, малиб лїчити недужих через пердставленє їх зорови лискучих метальних куль. Недужі впадали в глибокий сон, який на приказ монахів приводив здоровлє. Час від 15. столїтя аж до 18. є менче інтересний для гіпнотизма.

В 18. столїтю зробив Месмер, дослїдник звіринного маґнетузму відкритє подібне до гіпнотизму.

Сего то ученого оден із визначних дослїдників на полї природи порівнав з Геростратом*) Але се порівнанє суворо скартав славний берлїнський лїкар в слїдуючий спосіб:

---

*) Відомий швець з Ефезу, який бажаючи ся лишити в памяти поколїнь, підпалив святиню Діяни в Ефезї 356 р. перед Христом.

»Не треба ратувати чести Месмера, бо імя його буде ще тоді жити, як його противники попадуть вже від давна в за лужене забуте«. Однак людям, що уважають Месмера за крутія, варта пригадати слова знаного штутґартського професора, др. Єґера: »У всіх часах існували люди славні з так званої маґнетичної сили лічничої і тільки найбільше ограничене і найзухвалійша гордість невіжих може проголошувати за ошуканців множество найчеснійших мужів, яким сам ображаючий не варта розвязати ременя черевика*. Дальше спімнений берлінський лікар подає: Під ту пору, як се видане іде під пресу, надходять з Парижа вісти о дослідах, які в цілости потверджують теорію Месмера.

О самім Месмері і його відкритю можемо тут замовчати. Його спосіб лїченя не мав нічого спільного з гіпнотичними явищами. Месмер не знав ані глубокої сплячки ані свідомої цїли приноровлюваня піддавок.

В р. 1841. в Манчестері виступає Ляфонтен. На його представленях бував тамошний лікар Джеймс Брейд, який, бажаючи Ляфонтена »здемаскувати«, віддав ся дослідови його дослідів. Як пробних осібняків уживав свого приятеля Вокера, власної жени і свого слугу.По случайнім відкритю, що тревале вдивлюване в одну річ може навести сон, вправляв в сон тримаючи перед очима своїх помічників лискучий ґудзик від футералика свого лянцета. Через се вдало ся йому приводити особи підлягаючі під його досвід до глубокого сну, який назвав гіпнозою від грецького слова »гіпнос« (сон).

Брейд придержуючи звіринний маґне-

тизм побіч гіпнозитму, поставив слідуючі наукові твердженя:

1. Ще не потреба в тім приймати такої великої сили, як звіринний магнетизм, вплив месмеричний або який інший невідомий чинник.

2. Що се є стан незвичайно животний, спроваджений через сильне діланє фізичне на нервовий устрій.

В 1843 р. видав він твір о своїм новім відкритю. В творі тім описує цілий ряд досвідів »френогіпнотичних«. Тоді власне процвітала наука френольоґії, а Брейд припускав, що можна би викликати у загіпнотизованого всякий бажаний настрій, як лиш діткне ся відносного орґана френольоґічного. За дітпненєм орґана »поважаня« і »убожаня« загіпнотизований клякав на коліна; за дітпненєм орґана похоти мав би загіпнотизований красти і т. ін. Брейд при своїх експериментах замало звертав уваги на чинник піддаваний (суґестивний). Знаємо тепер, що загіпнотизований звичайно відчуває о много ніжнійше, чим незагіпнотизований і не лиш висказувані слова, але також погляд і рухи ділають на него суґестивно. Мимо сего, що Брейд вказував на велику вартість гіпнотизму для медицини, звертали на него спершу дуже мало уваги. Його товариші кепкували собі з него, а навіть стали видавати памфлєти проти него. Хірурґ др. Азам з Бордо (1850) старав ся наслїдувати деякі досвіди Брейда і оголосив свій вислід в париськім архіві медичнім. Рівночасно занимав ся провіренєм тих дослїдів париський лїкар Сієболь: провіривши їх. видав в р. 1866. твір п. з. »Штучний сон і подібні прояви«.

Виділ медичний приняв тоді сей твір іронічно. Доперва в новійшім часі оцінили його по вартости. Сієболь не дав відстрашити ся скептизмом своїх товаришів. Осівши в Нансі, пильно працював дальше і наконець заінтересував своєю методою славного професора Бернгайма. Спершу Бернгайм також сумнівав ся, опісля однак осягнув так незвичайні добрі успіхи в ліченю, що їх голосив.

Ото в 1884 р. виходить великий його твір о науці гіпнотизму і суґестії. Бернгайм був першим лікарем, що признав гіпнотизм, як цінний лікарський середник а місто Нансі стало головним пристановищем французьких гіпнотизерів.

В Парижи занимав ся сею річию головно проф. Шарко (умер 1896). Однак його досліди принесли велику шкоду гіпнотизмови. Він бо поповнив сей блуд, що експериментував виключно на недужих, при чім викликував сон гіпнотичний звичайно через застрашенє, проти школи нансійської. Розуміє ся, що в наслідок сего, особливо у осіб гістеричних, наступали неприємні наслідки побічні, які Шарко на жаль приписував гіпнотизмови а не своїй невідповідній методі. В Анґлії, Італії, Швеції а навіть в Ішпанії розширив ся гіпнотизм дуже скоро в тім часі як в Німеччині нічого майже про се не знали.

А як 1877 р. данський гіпнотизер тут прибув і розпочав свої виклади з досвідами в більших німецьких містах, окричали його як ошуканця, і наконець урядово заборонили давати виклади.

Однак ті закази причинили ся чи не найбільше до розповсюдненя гіпнотизму. Уряджу

вали публичн сеанси »маґнетичні« які опісля також заказали. Мимо сего література в сім напрямі зросла дуже, лікарі,так апробовані,як і не апробовані стали пильно заниматись гіпнотизмом так, що тепер більша часть осіб з правдивим образованєм не так легко запеoечить правді гіпнотичних обявів або лічничому значіню суґестії. У Поляків причинив ся до розповсюдненя гіпнотизму др. Охорович і гіпнотизер Чинський. Література в тім напрямі дуже мізерна. В р. 1890. вийшла в Петербурґу книжочка: »Відчити о маґнетизмі і гіпнотизмі Й. Охоровича«. В р. 1897. вийшла накладом Перегляду Педаґоґічного в Варшаві книжка: »Суґестія і вихованє«. В новійшім часї містить від часу до часу розвідки про гіпнотизм місячник »Дива житя« (Варшава).



## II.

## ЗМИСЛИ ТА ЇХ ЗНАЧІНЄ ДЛЯ ЖИТЯ.

Чоловік приходить до пізнаня світа вніш ного при помочи змислів, за посередництвом яких повстають в мозку (великім) як орґані свідомости вражіня і спостереженя. З хвилею як змисли стають ся нечинними перестають творити ся в мозку спостереженя пр. в наркозї підчас омлїня або глубокого сну.

Вражіня і спостереженя, які в сей спосіб відбирає мозок ділимо на:

1) відчуваня загальні, як біль, утїха, змислові розкоші, відрази і т. ін.

2) відчуваня змислові, як звук, світло і т. п. Треба завважити, що хоча всї сї вражіня

творять ся в мозку, то однак факт сей не становить в даній хвилї чинности свідомого думаня. Тому на підставі досвіду ми ззикли відчувати дане вражінє не в мозку, лише на місци, де поділала причина відносного вражіня. Вколенє пр. в руку відчуває ся пр. не в мозку, лише на руці; світло бачимо не в самім мозку, лише уміщаємо то вражінє в просторі. То, як сказали ми, діє ся найперше на підставі досвіду, опісля через силу привички. Як прояви світла внішного викликають при помочи нервів в мозку відносне вражінє і спостверджене, то і на відворот. Вражіня і спостереженя повсталі в мозку безпосередно, можуть відворотною дорогою серед певних обставин, чи то в гіпнозї, чи на яві, викликати в світї зовнїшнім певного рода улуди змислові так звані омани, себто галюцінації і фантасмаборії: чуємо звуки, галас, відчуваємо бль, вражня смаку або нюху річи, що не існують, а які плястично бачимо і відчуваємо.

Все се дїєть ся на підставі права о т. зв. льокалїзації обводовій або періферичній.

Сли який нерв подразнимо штучно, повстає рівнож вражінє, яке відповідає призначеню даного нерва; подразненє приміром зорового нерва викликає вражінє світла; через нечайний натиск на очи станут у одних іскри у других навіть огнисте полумя в очах.

### а). Змисл чутя.

Трудно представити собі жиюче сотворінє, яке не посідало би менче або більше розвиненого змислу чутя.

Відділи, на які розпадає ся змисл чутя є: змисл дотику, місця, тисненя і температу-

ри. Чи ростини мають також чуте? В такій сте пени розвиненого як у людий з певностию не мають, зате випосиджені є ростини часто в деякі підвідділи сего змислу, яких у людий зовсім не подибуємо. Найперше є розвинений у ростини змисл дотику. Дика винна лоза заосмотрена в знаряди до спинаня, якими відчуває зівсім докладно незначні піднесеня, на які може зачепити ся. Тому то не дасть ся відмовити ростинам навіть здібностий до виконуваня довільних рухів. Відчуваня такі як біль, розкіш, голод, відраза і прочі спільні всім людям, у ростин не є так видосконалені, однак деякі з них дадуть завважити ся. Болю мабуть ростини не відчувають, хоча не брак під тим зглядом противних поглядів; розкіш є конечною в цїли розплоджуваня ся. Однак з бажанєм рекрутує ся новий рід змисла: Ростини посїдають іменно здібність відчуваня припомочи коріневих орґанів вогкість на певну віддаль.

Ту здібність ростин можна уважати за їхнїй змисл головний, бо він є знаменито вишколений і без сего змисла існованє ростин не було би можливе.

Аксіома, що змисл чутя в нових підвідділах, знаходить ся у всїх сотворінь, позволяє припускати, що чутє є підставним змислом, з якого прочі розвинули ся. Досвід учить, що той змисл, який для істнованя якогось сотворіня є поперед усього конечний в протягу ґенерацій видосконаляє ся і виніжняє ся незвичайно. Однак се видосконаленє, згідно з пануючим в природї правом ощадности, відбуває ся звичайно на кошт інших орґанів.

Пес має знаменитий ніс; дуже ніжний нюх, але кепське око.

Чи риби мають уха? Можуть вони чути? Голосу, як дроганя филї воздушної риба чути не може. Також не можна доглянути у неї орґанів які відповідали би нашому слуховому знарядови. А однак риба відчуває що діє ся од далеки і що спричиняє галас і неспокій. Риба чує цілою поверхнею свого тіла, однак слово »чути« є тут ужите невластиво. Риба чує филї води, як ухо людське чує филї дроганя воздуха, як вражінє голосу. Наколиб місцем перебуваня риби був воздух, тоді розвинулиб ся у неї також осібні орґани слухові.

В воді переносить ся голос скорше чим у воздусї, як в загалї предметах густїйших від воздуха. Легко переконати ся о сїм прим. в часї купели на отвертих водах, розмоляючи з особою, що стоїть на березї. Можна також завважати, як риба, що пливе спокійно у водї, нараз із скоростию блискавки никне: безпосередно по тім чуємо гук вистрілу або іншого рода стрясенє воздуха. Інший примір: Рибалка ловить сїтию риби. Кілька риб втїкло на час, а відадлений о кількасот метрів обсерватор бачить, що інші риби також утїкають і шукають криївок. Рід і спосіб утечі перестерігає і інші риби перед небезпекою, в якої присутности чутє риби є так виніжнене, що з певностию дорівнує справности нашого уха. Знова око у риби не є так бистре.

О нюху риби нічого не знаємо. Смак у деяких риб здаєть ся, що зовсїм не істнує. Людоїд їсть солонину,шмати, дерево з рівним смаком, У риби знаходимо отже найліпше і найвсестороннїйше вишколений змисл чутя, що є для неї не лиш змислом підставним, але також і

передо всім змислом головним, що для захованя екзистенції індівідуальної (осібнякової) є вироблений і готовий на всякі можливі случаї і приключеня.

### б). Змисл зору.

Ростини реаґують на світло, а тому, що не мають до сего осібних орґанів і очий, треба приняти, що реаґованє се полягає на підставнім змислі, чутю.

Є риби без очий і є такі, яких очи ізза неуживаня їх протягом ґенерацій так змарніли, що полишали ся лише сліди очий.

Світло проникає воду лише до певної границі. тому то око риби, приноровлюючи ся до се ограниченої потреби, є загально короткозоре.

В міру як орґанічне житє вод розвивало ся далї на континентї, розвивав ся ся змисл зору все більше, ставав ся впрост змислом найголовнїйшим, від якого залежало існованє даного осібняка.

Майже всі птиці мають знаменито розвинений змисл зору, яким із знатної висоти спостерігають наживу на землї. Натомісць після згаданого вже права ощадности в природї, змисл нюху в птахів занедбаний. Однакож змисл підставний, око, заступає тут цїлковито змисл нюху при шуканю наживи. От на верхівю тополї сидить ворона. Спостерігає заяця в послїдних судорогах: сейчас кидає ся на конаюче звіря. Інші ворони, що сидять оддалеки на знесенях, рух сей товаришки побачили і зрозуміли: там є щось для наших клювів — і миттю зі всіх сторін злїтають ся ворони.

Підставним змислом малп є безперечно око; всї інші змисли уступають перед його справностию.

Око малпи, що все жиє на свободї, виказує величезний дар спостеріаня. Лише око позволяє знайти її наживу, відшукати самицю, лише око перестерігає її перед небезпекою. Виробили ся також в спосіб незвичайний відносні мозкові орґани (горбатість чашки, сильно вистаючі чолові кости над очима). У малп, що ходять просто, устрій чашки вказує на зменшене обсерваційної здібности, однак око все ще є підставним змислом, подібно як у людий первісних, в яких ще більший заник спостеріганя лучить ся зі зменшеною вправностию зору. Тому, що чоловік силою своїх умових властий (процесу умового) в протягу ґенерацій з'умів забезпечити собі істноване, зменшає ся відносно до первісних людий і малп здібність обсервації а при сїм і справність ока на річ умових сил. Однак головним змислом лишив ся зір.

Чотири інші змисли не можуть достарчити чоловікови предмету до умової праці в такій обильности, як око. Око, як змисл головний, завершає здібности прочих змислів. При помочи змисла чутя можна відтворити собі образ предмету, який тримаємо в руках і зрозуміти приміром, що предмет є чотирогранний. Але з якої матерії сей предмет, сего не відгадаємо легко:

З кости слоневої

Нї!

З рога?

Нї!

Оден погляд доповняє змисл чутя; не потребуємо вже здогадувати ся; знаємо від ра

зу, що то є квадратна мосяжна бляшка або т. п.

Потемки можемо при помочи чутя тільки се пізнавати, що на підставі подібної річи, вже раз баченої, потрафимо представити собі в памяти. Кождий, хто курить, знає, що циґаро потемки не смакує так добре, як око не може любувати ся видом тютюнового диму.

Смак і воня ділає інтензивнійше, сли при тім ділає око.

Слухаючи прелекції звертаємо очи на бесідника.

Розмавляючи не випадає відвертати лиця тому, що партнер наш в таких случаях все може мати оправдане чувство, що не звертаємо достаточної уваги на його слова. Наколи слухаємо говорячої машини (ґрамофону, фоноґрафу, чи телєфону), звертаємо очи в простір і стараємось витворити собі в уяві образ балакаючого. Подібно діє ся при читаню книжок.

Наколи чотири інші змисли стратять свого провідника зовсім, а хоч би частинно, тоді фантазія стає працювати з необграниченою свободою, яка серед обставин може вироднти ся в галюцинацію.

Освітлені предмети світа зовнішного дразнять сітчанку нерва зорового та викликають у мозковім центрі вражінє баченя, що при помочи свідомости веде до докладного понятя о світі внішнім. Сли предмети не є достаточно насвітлені, не може повстати докладне спостережене. Чоловік може на підставі раз вже баченого предмету сформувати собі з памяти питомий образ, однак в іншім місци, або єще перед отриманєм вражінь повстають легко галюцинації і фантасмаґорії (привиди).

Пень зрубаного дерева бидаєть ся в сумерку начеб причаєний чоловік. Уява або фантазія працює несвідомо і з незвичайною скоростию перебігає всякі можливости, з яких то, що порушає нас найбільше, приходить до свідомости: То є лотер, що хоче тебе замордувати. Шелест сухого гіля даєть ся потверджати, що сей причаєний чоловік порушає ся. Фантазія бачить уроєну стать людську а перестрашений пішоход завертає і втікає. А се лише привид. Тепер звернім увагу: У сні око не працює; однак ухо зістає разливе на шелест, що може викликувати уроєні марева, себто фантазми, омани змислові, себто галюцинації. Чоловік має сонні марева!

### Функції спостерігань зорових.

На дорозі фотохемічній повстає образ на сітчанці. Образ сей подражнює зоровий центер в мозку і будить тут чуте бачення. Прилучає ся до сего ще психічна чинність мозкової кори. Чинність та полягає на несвідомім заключеню, що є актом досвіду, після якого мозок відібрані вражіня уміщає знова на вні у просторі. Іншими словами: через якенебудь подражнене осередка (центра) зорового (подражнене се може повстати також з приводу психічної чинности), до чого прилучає ся психічна чинність кори мозкової, вражіня субєктивні дізнають обєктивної проєкції в просторі.

На сім то полягають всякі оптичні полуди. Примірем сли вдивимо ся в світло лямпи, а опісля відвернемо очи і замкнемо, то ще бачимо се світло через кілька хвиль. Вдивляємо ся довго в темну фотоґрафію, опісля звер-

таємо очи на білу стїну і бачимо сильно побільшений образ фотоґрафії. Протираємо довго очи, аж бачимо образ »взірців тапетових«. Вітвираємо очи і через кілька секунд бачимо все той сам взір, не спостерігаючи при тім навіть інших предметів. Чоловік в горячці бачить фантастичні привиди. Гіпнотик ізза слівної суґестії бачить се, що йому піддали, бо суґестія переміняє ся на автосуґестію і ділає тут як функція психічна на зоровий центер. Бачене духів підчас спіритистичних сеансів (сходин) можна собі вияснити в сей спосіб.

### в). Змисл слуху.

Ізза дрогань елястичних тїл дрожить і воздух витворюючи через згущенє і розріджeня напереміннї так звані филї голосові, які по слух. нерві переходять до мозкового центра, викликуючи тут чутє слуху. До сего чутя прилучає ся психічна чинність мозкової кори; повстає мимовільне заключенє, що є актом досвіду. Іменно здаєть ся нам, що чутє голосу чи звука має своє жерело не в нашім мозку, але в місци, де зайшла сего причина.

### г). Змисл нюху.

Тїла вонні подразняють кінцеві розгалуженя нерва нюху, який подражненє се проводить до осередка мозкового, де в наслїдок сего повстає чутє воні.

### ґ). Змисл смаку.

Здає ся, що рід подразненя смакових нервів є хемічної природи, бо всї тїля, які маємо смакувати, мусять скорше розпустити ся, зви

чайно при помочи язика, в слині. Розріжняємо смак солодкий, квасний, гіркий і солений.

Всякі тїла уявляють ся що до свого смаку також на нервах лиця, які відповідно корчать ся або розтягають ся. Передо всїм при тїлах квасних і гірких не дасть ся за перечити характеристичний вираз лиця.



## III.

## КОРА МОЗКОВА ЯК ОРҐАН СВІДОМОСТИ

Вражіня доведені при помочи змислів до мозку, підлягають тут перерібцї. Тут є місце чинности душі, під чим розуміємо думанє, волю, відчуванє і память або здібність довільного повторюваня раз вже дізнаних вражінь.

Анатольоґічні досвіди доказали, що мозок (т. зв. великий) мусить бути знарядом свідомости. Голуб і пес, яким винято плати мозку, попали в стан подібний до сну. Ніякого руху без зовнїшного товчка сї звірята не виконували; лише функції веґетативні то є спільні ростинам і звірятам і рухи зворотні, себто рефлєктивні, відбували ся правильно.

Пес, для якого підставним змислом є нюх, не міг вже більше робити спостережень так, що лежачи перед мискою, наповненою їдою, згинув голодовою смертию.

Враженє і захорінє мозку довели рівнож до подібних станів. Переді всїм процес думаня був поважно забуренний.



## IV.

## ПРОЦЕС ДУМАНЯ.

Дальша перерібка приведених до мозку вражінь відбуває ся переважно несвідомо як акт досвіду. Вражіня порівнують ся зі зробленими давнійше досвідами, чи є пожадані чи ні і в сей спосіб впливають на напрям волї. Так зроджена воля не є вільною волею, а лиш конечним наслїдком вражінь і понук, які мозок одержує із внї. Свідоме думанє або витворюванє якоїсь понуки на підставі ріжних можливостий є можливе лише через повздержанє дальших вражінь досередних се є ведучих до мозку. Сли кора мозкова не є чинна, тодї виключений також процес думаня з наслїдком власної вільної волї.

---

## V.

## РУХИ ЗВОРОТНІ АБО РЕФЛЄКТИВНІ.

Всякий психічний або фізиольоґічний наслїдок себто ефект містить в собі склонність до здійсненя (Моль).

Мимовільні рухи мязів називаємо рухами зворотними (рефлєктивними). Рухи сї можемо повстримати силою нашої волї. Відрух, себто рефлєкс, повстає, сли мозок відібране вражінє спроваджує на дорогу відосередну себто центрифуґальну (що біжить від мозку), щоби викликати обяв чинности; на сїм полягає змаганє до наслїдуваня. Там приміром позїхнув хтось. При помочи ока або уха вражінє се по дорозї досередній дістало ся до мозку (великого): мозок вражіня сего не приймає до своєї свідомости, але сейчас відсилає йо-

о впрост на дорогу відосередну, що спричиняє рухи відносних мязів. — Хтось сміє ся, усміхаємо ся і ми мимовільно. Біль, скоботанє, пристрасть, голод, спрага і апатія, які бачимо в інших викликують такіж чувства в нас в виді зворотних рухів, сли не повстримаємо їх волею. Вже навіть тоді як лиш гадка вирине в нашім мозку і гадку сю наш ум собі присвоїть, то все близка є можливість переміненя гадки сеї в діло. »Гадка без вираженя не істнує«; гадка є ділом в стані зароду, є початком діла.

Дитя бачить, що камінь паде на нього: бачить таке явище перший раз в житю; не старає ся уникнути удару і зістає ранене в чоло. Однак осей досвід лишив ся в памяти. Однак тому, що рухи дитини ще не зугарні, камінь і слїдуючим разом ранить чоло. За третим разом дитина потрафила вже вхоронити ся перед ударом. На будучність без попередного розважуваня наслїдків того рода вражіня досередні перейдуть на дорогу відосередну, а перемінюючи ся в рух рефлективний, покличуть вправлені вже мязи до оборонного руху.

При науцї поєдинку учимо ся скоро задавати удари. Однак, щоби успішно боронити ся, треба вправи. Щож то є вправи? Вражіня досередні викликані атаком противника, повинні без свідомого заключеня як рух зворотний витворити механїчно сейчас відносний рух оборонний.

Всяка привичкою або вправами набута чинність стає ся рухом рефлективним, спроваджуючи вражінє досередне на дорогу відсередну.

Якого рода було вражінє досередне, можна пізнати по руху рефлєктивнім, о скілько рухів сих не повздержує воля. Приміром хтось позїхає. Се має також в собі змаганє до переміни в дїло, однак дїло се може бути повздержане актом думаня і волї: в товаристві позїхати — не водить ся — і рух рефлєктивний не наступає.

Шеф бюра Др. Б. є дуже занятий і сильно розгнїваний; постановляє нїкого нинї не принимати. Возьний зголошує йому відвідини в пильній справі знаного директора Х., який має звичай по залагодженю дїла побалакати ще що найменше пів години. Урядники задоволені глядять з під лоба іронїчно на свого шефа. Черти лиця др-а Б. стають впрост їдкі. В послїдній хвилї перекидає ся з підвладним урядником, паном К., значучими поглядами. »Просити«. Директор Х. входить. В сю мить др. Б. зриває ся з незвичайно ввічливостию, рухи зі штивних і шорстких стають ся принадні і сальоново складні, кути уст розтягають ся як на команду і украшають лице др-а Б. в усміх. Го, го, го! розлягають ся голосні націховані йовіяльностию оклики живої радости. »Пан директор, як же менї мило, давно не мав я щастя, — чим можу служити; прошу дуже красно заняти місце; як там шановне здоровлє і т. і.

По тих передступних формальностях п. директор висказує цїль свого прибутя. Др. Б. слухає сидячи як тортурах з великою увагою і живим занятєм. По кількох хвилях справа залагоджена, конверзація сходить на тон милої балачки, однак в сїй хвилї відзиває ся апарат столовий: Гало! Гало! Хто говорить? Слухаю.... (телєфонує пан К. з другого покою)...

Добре, добре, я там приїду за малу хвильку, маю в сій хвилї гості. Ах все чоловік як в млині! Поговорити хвильку не можна. — О, в такім случаю прошу не вязати ся; ми залагодили справу, отже до побаченя. »До милого побаченя«, а в души др. Б. думає собі: Чорт хап, десь тепер нападати мене.

Тут вражінє досередне перейшло на цілком иншу дорогу відосередну ізза акту свідомого заключеня: Не вільно менї бути нечемним.

Здібність ся вимагає також вправи а серед обставин є дуже цїнна. Сему урядникови, як вправленому вже, буде легкою річию неприємні вражіня перемінити в приємні зворотні рухи власного тїла і в сей спосіб заховати рівновагу духову, що причиняє ся йому до поводженя і робленя добрих інтересів.

Загальне є мнїнє, що наколиб мозок не був в змозї працювати, то подібні рефлективні рухи мусїлиб проявити ся в несфальшованій формі. Мнїнє се ошибочне. В гіпнозї пр. др. Б. заховував би ся в подібнім случаю цїлкови то таксамо як на яві, бо через вправу ввійшло вже йому в звичай, сї вражіня спроваджувати на цїлком іншу дорогуу відосередну. У снї чинности рефлективні виконують ся дуже докладно, але лише серед обставин, серед яких і на яві даний осібняк заховував би ся так само.

Пр. говоримо загіпнотизованому: Ми є тепер в дуже добрім товаристві дамськім, Мусите зняти з себе сурдут! Сего загіпнотизований не зробить, тому, що в таких случаях і на яві сего не зробив би.

Натомісць єли скажемо йому: »Тут є парно, будемо купати ся, розбери ся тимчасом з верхної одежі«. Серед тих обставин зробить се суґестивно загіпнотизований сейчас.

———o———

## VI.

## СОН.

Центральний устрій нервний чоловіка лучить ся так само, як і ціле тіло. Устає ділане мозкової кори. Сей стан пасивний називаємо сном, в протиставленю до стану активного, який називаємо явою.

У снї, що наступив ізза змученя, деякі змисли можуть єще допроваджувати вражіня до кори мозкової. Вражіня ті не утревалюють ся і не перетворюють ся а зістають зовсїм без наслїдку. Стан сей майже подібний до омлїня. Є се сон глубокий. Чим більше чинність дня напружила кору мозкову, тим глубший є сон, тим довше треває потреба спочинку.

Сон у чоловіка наступає періодично через акт досвіду або через свідоме сего бажане, єли відчуває ся змучене. Звичайно наступає сон через несвідоме заключене, як акт досвіду. Стан є такий сам, як у звірят, яких позбавлено мозкової кори. Причиною сну є змучене сірої субстанції мозку. Але досвід вчить, що рано по пробудженю мозок справдї відпочав, однак задля невпинної працї знова, хоча в незначній мірі зачинає слабнути і осягає свою правильну кульмінаційну точку тодї, як чоловік відчуває знова потребу сну. Ізза сего чоловік може заснути майже в кождий час дня, єли виповнить »услівя сну«.

Іменно до мозку не сміємо вводити ніяких вражінь досередних, щоби сей не мусів працювати. Лише тоді переходить мозок в стан спочинку і має змаганє у сім стані позістти якийсь час. Духова чинність устає, однак духові рухи рефлективні і чинности веґетативні відбувають ся далї. Віддих є дещо глубший і повільнійший. Живчик бє троха слабше. Очи замкнені, легко в сторону насади носа горі звернені. Зїниці звужають ся. Мозок трохи недокровний. Сли змученє орґану духового є дуже сильне (перемучене), тодї находить ся він в станї беззглядного спочинку. Однак сей случай лучає ся рідко. Орґан духовий змучений легко творить собі зображеня, які називаємо »снами«,а які мають свій початок, як і зображенє на яві, з вражінь світа вінішного, або з психічних (душевних) внутрішних чинностий. Тому то сонні марева повстають найчастійше в годиннах ранних, бо тодї мозок майже випочав. Услівя сну є: Поздержність всяких досередних вражінь при нормальнім змученю.

Отже:

2. Треба найти місце, де панує цїлковитий спокій, щоби слух не співдїлав в переношеню вражінь. Найлучше надає ся до сего спальня.

2. Щоби змисл чутя оставав нечинний, треба положити ся вигідно і прикрити рівномірно, щоби натиск анї зміна температури не викликали вражінь.

3. Не треба їсти, пити і курити, лиш язик положити легко на піднебіню, щоби не дїлав смак.

4. Треба дбати про свіжий воздух. Однак до немилих воний привикає нюх по двох до

трох хвилях і не збуджає в мозку ніяких вражінь.

5. Ізза неворушности, рівномірного, вигідного, повільного і глубокого віддиху, зменшає ся скількість ударів живчика. Опісля требо замкнути очи і звернути горі в сторону насади носа. Сон слїдує тодї майже сейчас. Через таке уставленє очий викликаємо натиск на мозок, через що він стає троха анемічним себто недокровним.

Доказ, що сон наступає через повздержанє вражінь досередних подає Штрімпель, Шіснайцятьлїтнай хлопець втратив всї орґани змислів, крім правого ока і лївого уха. Як лиш завязали йому око і заткали ухо, хлопець сей попадав по 5 хвилях в глубокий сон

—«»«»«»—

## VII.

## СОН І ГІПНОЗА.

Коренем для слів »гіпнотизм«, »гіпноза«, »гіпнотизер«, гіпнотик«, і т. д. являє ся грецьке слово гіпнос — сон. Хоча Анґлїєць Джеймс Брейд, вводячи (1843) в науку слово гіпнотизм, не цїлком ясно ще розумів, що кожда гіпноза є сном, то однак обопільні відносини між тими двома станами були йому зовсїм знані. Кожда гіпноза є сном. Ту правду поперед усього мусимо все мати на гадцї, сли хочемо познакомити ся докладнїйш із явищами гіпнотизму.

Переді всїм фізичний стан сплячого сном нормальним і приведеного до сну штучно гіпнотизмом є зовсїм однаковий. При обох тих станах можемо завважати повільне і

позірне глубоке віддиханє, звільненє живчика і т. і. Підчас сну галки очні звернені в гору: сли отже піднесемо сплячому повіку до гори, то бачимо білковину ока. Обсервуючи засипляючого, можна завважати, що найперше взносять ся галки очні горі а опісля замикають ся повіки. У хорих, що ізза пораженя не можуть замкнути повік, можна звичайно бачити, що їх галки очні у сні є звернені до гори. Треба зазначити, що обяв сей відносить ся до кождого сну і до кождого сплячого; бо є ще дуже розповсюднена гадка, що явище се є як раз характеристичною цїхою сну гіпнотичного в протиставленю до сну звичайного, нормального. Повторяємо, що мнїнє се є зовсім ошибочне. Нема взагалї нїякої ріжниці межи станом фізичним сплячого, сном гіпотичним, а сном моральним. Фізичний стан в обох случаях є докладно тойсамий.

Ріжниця заходить одиноко і виключно в станї психічнім. Але і тут така ріжниця не є конечна, бо гіпноза є лише формою сну. Знаємо ріжні форми сну, які підчас нічного сну нормального зміняють ся межи собою, навіть у того самого сплячого осібняка. Гіпноза є одною із сих форм, нічим більше. І всї ті явища, які можемо завважати в штучно витвореній гіпнозї, дадуть ся так самісько викликати у снї нормальнім при відповіднім поступованю. Часто буде навіть вказане, як побачимо опісля, в части практичній, перші проби з новим осібняком розпочати в нічнім нормальнім снї, бо тодї увільняємо ся від труду штучного усиплюваня себто »гіпнотизованя«.

Крім гіпнози існують ще численні форми сну, які однак дадуть ся підпорядкувати під дві більші ґрупи. Одна з тих називає ся

ґрупою гіпнотичною, друга наркотичною. У формах гіпнотичних працює апарат змисловий майже таксамо стисло, як і на яві. Сплячий дає на поставлені питаня ясні відповіди так, як би се робив в стані яви. Лише ударяє, що є він незвичайно ограничений у своїй здібности критичного осуду. Вірить він у всьо майже, що єму говорять, хочаб се були нісенітниці від світа. А ціле його заховане зраджує, що та віра є дійсно найглубшим його переконанєм. Сли говоримо до успленого, що вн находить ся на отвертім мори, то о скілько сей осібняк не є дуже призвичаєний до морських подорожий, можемо дуже легко довести до сего, що появлять ся у него всї симптоми морської хороби. А біля сего ограничене здібности осуду критичного можна єще завважити, що свідомість є незвичайно ограничена, одностороння.

О »односторонности свідомости« говорить також психольоґія яко о явищу в стані яви: се річ майже непонята, як мало вражінь може чоловік розріжнити рівночасно. Однак на яві звертаємо увагу без впину що раз на новий предмет, зміст нашої свідомости зміняє ся многократно в протягу одної секунди і з сеї лише причини не здаємо собі справи (о скілько на се не звертаємо особлившої уваги) з односторонности нашої свідомости.

Натомісць у снї розсіваємо увагу дуже мало, а концентруємо радше на однім предметі через довший час так, що в наслїдок сего сплячий може серед обставин виконати чинности, до яких не вистарчалаб його здібність на яві.

Вичислені ріжниці у відношеню до стану яви заходять також при кождій формі сну.

Отже кождий сон ріжнить ся від стану чуваня не лише спімнеными фізичними явищами, але також психічними явищами себто умовими а іменно зменшеною здібностию критичною і односторонностию свідомости. Пригляньмо ся тепер ріжниці межи сном гіпнотичним а наркотичним. У всіх формах наркотичних, в протиставленю до гіпнотичних, знаходимо далеко менше чутя на змислові вражіня. Переді всїм устає реакція на вражіня змислові. Від успленого сном наркотичним (прим. через хльороформ, етер і т. і.) не дістаємо на питаня ніякої відповіди. Сли однак успленний зможе по пробудженю пригадати собі свої марева сонні, то можна часто переконати ся, що поставлені йому питаня чейже не лишили ся без впливу: вражінє змислове підпало умовій перерібці, хоча реакція не наступила.

Стани наркотичні наступають часто під діланєм певних летивих отруй, як хльороформ або етер. Також дим тютюновий може його викликати. Після сих чинників названих в науці »наркотики« називаємо певні форми сну наркотичними. Булоб однак великим блудом, наколиб ми хотїли припускати, що без уживаня сказаних отруй, сон не може прибрати характеру наркотичного. Так званий сон »оловяний«, який появляє ся у здорових людий по вельми тяжкій фізичній праці, є майже все сном наркотичним.

Істнує, має ся розуміти, ріжниця між сном наркотичним а »наркозою«. Під наркозою розуміємо, як відомо, викликаний штучно при помочи хльороформу, етеру, або інших середників глубокий сон, підчас якого можна доконувати тяжких операцій а мимо сего получений з сим біль пацієнта не збу-

дить. Щоби пацієнт сего болю зовсім не відчував, не можна припускати, лише що не реаґує на него (або дуже рідко) і по пробудженю нічого о тім не знає. Отже наркода є тільки одною з численних форм сну наркотичного.

Рівнож не всякий сон гіпнотичний є »гіпнозою«. По правді з кождим сплячим гіпнотично можна навязати розмову і вже тим самим часто навести гіпнозу; однак сон такий принимає часто також інші форми як пр. »стан трансцедентальний« або »самнабулїзм«. Від тих форм сну, о яких близше тут не будемо говорити ріжнить ся гіпноза властиво тим, що в ній успленений думає, що знаходить ся під впливом волї особи другої, гіпнотизера, — і дійсно знаходить ся під сим впливом, бо задля ограниченої здібности суду критичного всьо, що подають йому до віреня, стає ся його дійсним і рішучим переконанєм, на підставі якого чує ся змушеним безуслівно дїлати.

Чинностий гіпнотизера зглядом осібняка вже гіпнотично успленого може — в протиставленю до давнїйшого твердженя — доконувати кождий, який зі сплячим прийде в стичність, промовить до него і скаже йому, що буде оставав під його вливом. Особа гіпнотизера проте може зміняти ся многократно в протягу одного і того самого сну. Розуміє ся також, що кождий може бути також гіпнотизером для себе самого, себто може сам себе загіпнотизувати.

Природно, що не кожен як гіпнотизер буде мав однакове поводженє. Для осягненя доброго вислїду потреба мати побіч доброго вишколеня, яке бажаємо отсим уможливити, практику і досвід.

Тепер вже повинно нам бути ясно, що треба розуміти під понятєм, яке лучить ся з вираженєм »гіпноза«. Здефінююймо те коротко ще раз: Гіпноза є гіпнотичною формою сну, то є формою в якій успленний зістає під впливом особи другої, званої гіпотизером. В гіпнозї зауважуємо як в кождім іншім снї, кроміі деяких фізичних явищ, зменшену здібність критичного суду і односторонне ограниченє свідомости.

На сім місци випадає сказати ще дещо про степенї себто стадія гіпнозії.

Сон і чуванє не є річами ясно і виразно від себе відграниченими. Межи чуванєм а чуванєм, як і межи сном а сном може заходити велика ріжинця. Один і той самий ученик знаходить ся звичайно підчас першої години науки в станї більше оживленого чуваня, чим підчас пятої години того самого дня.

Так само маємо сни о дуже ріжних степенях глубокости. Перехід від стану чуваня до сну є так повільний і незначний, що станувши на граници не можемо сказати чи маємо тут до діла із змученим станом чуваня, або з легким сном. Здібність критична стає чимраз повільнїйша, увага чим раз одностороннїйша і ограничена.

Розуміє ть ся, що свідомість є тут все і що нїколи не зникає цїлковито, навіть в найблизшім снї; чинність ума не спочиває нїколи, вона відбуває ся у снї дальше. Сон без марев — не істнує. Однак почавши від певної степени глубокости сну, пробуджений не памятає нїчого о сїй чинности духа і для того ду-

має — неслушно — що сон його був цілковито вільний від марев. Сли одкак збудимо буду чого у глибокім снї осібняка напрасно, то все скаже, що власне щось снило ся йому. Степень ґлубокости сну, якого окремі стадії є без сумнїву такі самі при кождій його формі, дає ся найлекше провірити в гіпнозї, де маємо можність при помочи питань переконати ся о кождочаснім станї критичної здібности і ограничености уваги. Старали ся під тим зглядом завести всякі поділи; рішучих границь ізза незначних переходів не дасть ся зачеркнути. Вистарчить слїдуючий поділ:

По перше кладемо ріжницю межи легким і твердим (глубоким) сном. Сон глубокий ріжнить ся від легкого тим, що сплячий, пробудивши ся, не пригадує собі нїяких вражінь сонних, підчас коли по легкім снї, може пригадати собі все, що діяло ся у снї.

Розріжняємо три степені легкого сну. В першій сплячий не є здібний отворити очий, або радше, за лїнивий до сего. Називаємо се степению сонности або сомнолєнції. В другій степени на представлене гіпнотизера не може виконати певних рухів; можна йому обезвладнити часть або ціле тїло і надати членам тїла специяльну, або впрост комічну позицію. Стадія ся називає ся степению восковї податности або каталєпсії. В третій стадії дадуть ся викликати рухи, котрі сплячий повторяє все автоматично і не залишить їх без приказу гіпнотизера. Стадія ся називає ся тому автоматична, себто стадія автоматизму.

Фіґ. I.

Суґестия: Очи ваші замкнені, тепер не можливо вам їх отворити.

Фіґ. II.

Тепер на розказ гіпнотизера — загіпнотезований безустанно обертає автоматично рукою.

В цілости отже розріжняємо чотири стадії гіпнози:

1. Стадія сомноленції
2. Стадія каталепсії
3. Стадія автоматизму

} легкий сон

4. Стадія глубокого сну.

При тім затямити належить, що в кождій глибшій стадії можна також обсервувати прояви стадії лекшої; отже в стадії автоматизму прояви каталепсії, у сні глубокім також прояви каталепсії і автоматизму.

—«»«»«»—

## VIII.

## ЩО СЕ ТАКЕ СУҐЕСТІЯ?

Надибаємо в житю особливі психольоґічні обяви нераз впрост загадочні. Так приміром бачимо часто, що поодинокі одиниці

як і цілі маси народу пірвані і унесені могучостию впливови або приміру, сповняють всякі чинности майже автоматично. В таких случаях оден чоловік викличе певного рода з'ображеня в головах других людий а сї з'ображеня знайшли опісля свій вираз в формах внїшних, се є в ділах. Процес сей називаємо суґестією.

Суґестією в найширшім значіню слова називаємо походячий з чужої сторони вплив на чинности других осіб. Суґестія є збудженєм з'ображень без льоґічного уґрунтованя.

Слово »суґестія« є походженя латинського і означає підшепт, підданє. »Суґґере-ре« — значить піддавати, підсувати, дораджу вати, вмовляти, наклонювати. Суґерувати про те значить тілько, що впоїти в когось переконанє, що се або то є його гадкою. Під суґестією отже розумієм збудженє з'ображень. Суґестивний, значить улягаючий суґестії, даючий ся другому поводити. Питаня суґестивні можуть бути підхватні (пр. до злочинників), або помагаючі (пр. до учеників).

Сли хочемо зрозуміти на чім полягає могучість суґестії, то мусимо поперед усього пригадати собі, в який спосіб взагалї приходить до наслідку діло.

Щоби виконати якесь діло, мусить передовсїм повстати в мозку вражінє, себто чутє. Із сего вражіня творить ся з'ображенє з напрямом до певної означеної цїли. Із з'ображенєм сим лучить ся чувство задоволеня і злучене з цїлию, яку маємо осягнути; се чувство є тодї підставою дїла, причиною, товчком. Всяке з'ображенє має в собі склонність до здійсненя, се є до переміненя в дїло. Однак

всякі з'ображеня посідають ту склонність у всякім степени. Заки дане з'ображенє доведе до діла, виступають противні з'ображеня, які протиділають першому з'ображеню, а які серед відповідних обставин з'ображенє се можуть знищити. Обяснім се на примірі: Бачимо в чужім городі рожу. Внішна її принада здїлала, що ми звернули на неї увагу. Стають дїлати з'ображеня. Пригадуємо собі питомий запах рожі, бачимо в уяві наш покій прикрашений нею. Всї з'ображеня, що склонюють до хватного руху, до чинности зірваня рожі, ділають позитивно. Однак в нас будять ся і іншого рода з'ображеня. Будить ся в нас свідомість, що город, се чужа власність, що може стрінути нас за се заслужена кара. Сі неґативно ділаючі з'ображеня стримують нашу руку і старають ся повстримати наш намір. Може прийти при тім до цілковитого роздвоєня, до певного рода духових непорозумінь і борби між чувствами даної хвилї і споминами. Гра товчків (мотивів) переміняє ся у взаїмну борбу, стає ся принукою зволїканя; діло, або залишенє дїла є продуктом сильнїйших мотивів. Познакомившись в сей спосіб з проявою повставаня діла, який є актом волї, випадає застановитись над дуже важним для дальших наших виводів читанєм, а іменно: чи людська воля в хвилї предпринятя, рішучої постанови є абсолютно вільною, чи могла би воля в критичній хвилї предприняти також іншу постанову.

Відповісти на се питанє є дуже трудно. А відповісти з абсолютною певностию є взагалї неможливо. Під сим зглядом стоять проти себе два ріжні напрями.

1. Індетермінізм, який принимає цілковито вільну волю, і

2. Детермінізм, який заперечує істноване вільноі волї.

Друге задивлюванє принимає в нинїшних днях що раз більше приклонників; також і наука залишила в більшій мірі твердженє о абсолютно твердій волї. Бо при помочи суґестії можна викликати в другім чоловіцї певні, стисло означені чутя, з яких то родять ся бажані з'ображеня. Єли при тім суґестиюючий постарає ся о се, щоби противні з'ображеня не виступали цілком, або лише дуже слабо, то воля засуґестиюваного проявить ся у сїм напрямі, якого бажав собі суґестіюючий. Перший виконає тоді дїла, яких не сповнив би, наколиб його воля була абсолютно вільна.

Много людий хвалить ся, що нїхто і нїчо не може тенденційно вплинути на їх з'ображеня і дїла і вірить лише в се, що їх розум доказав їм ясно і свідомо, або бодай здїлав правдоподібним.

Такі люди таким твердженєм доказують, що не мають найдокладнїйшого самопізнаня. Всякий чоловік в зображенях своїх і дїлах підлягає суґестії внїшних відносин і осіб других, — оден природно більше, другий менше.

Пригляньмо ся лише гурткови школярів, тоді як переходить військова музика. Веселий гурток спішить за нею, пертий непоборимим внутрішним напором, уставляє ся в ряди, марширує під такт і так природниково (інстинктовно) піддає ся суґестії: навіть і сей школяр дотримує місця, який знає, що ізза

спізненя чекає його дома порядна кара. »Се не мислима річ« — каже Ґраціолет, — щоби нас живо переняло якесь чувство без рівночасного і згідного з тим чутєм співуділу нашого тіла«.

Чуємо веселу музику і не можемо поздержати ся від висказаня наших чувств мінюю, рухами і голосом. Як почує вухо милі тони коломийки, що стремить до здійсненя в ділї суґероване мозкови зображенє танця, колише в такт члени нашого тіла. Чуємо, що ми сему підбадьореню піддали ся і мало бракує, щоб віддати ся йому внїшно.

В подібний спосіб запалює музика жовніра, розбуджає в нім відвагу.

Ми на народних зборах. Зручний бесїдник обняв реферат. Ми самі інших поглядів. Бесїдник розвиває тему з великим запалом, кладе в свої чувства цілу могучість чувств, цілу силу волї. Його міміка, його ґестикуляция, модуляция і інтуіция голосу порває за собою всїх слухачів і ми самі не можемо стримати ся від потакуваня і признаня доказам рації. Се є суґестія мовна себто суґестія при помочи членованої мови.

Однїсенька особа позїхнула. Позїхненє се збудило у всїх присутних з'ображенє знудженя і майже всї позїхають. Щирий сміх такий з серця, сей ґенїй доброго гумору, не порваєж він в лагідних, але непоборимих вібраціях ціле товариство? Навіть чоловік найбільше огірчений не може оперти ся на пів вимушеному сміхови.

Отже де глянемо, всюда здибаємо суґестію.

Примірів сего рода можна би завважати день-денно тисячі на собі самім і на окруженю. Приміри сї доказують ясно, як великою силою є суґестія і що ніякий чоловік не годен оперти ся її діланю.

Суґестією може бути також всяке бажане, кожна просьба, всякий приказ, сли сей, до якого звертаємо ся з бажанєм, просьбою чи приказом, набере переконаня, що він до сих обявів мусить примінити ся.

Взагалї люди порозуміваають ся при помочи мови. Мова викликує на чоловіці вплив досередний, який після степеня привички відводить ся на дорогу відосередну і проявляє ся як вислів волї. Так отже мова є суґестією словною, при помочи слів викликаним впливом на чинности інших.

Сли до виказу нашої волї спонукає нас мертвий предмет, то є то суґестія річева.

Дїла других, які наслїдуємо, можна назвати суґестією дїл. Існують також суґестії, які піддає собі сам чоловік, так звані автосуґестії. Сли приміром хтось хоче вмовити в себе, що не болять його зуби, хоча дізнає якнайбільшого болю зубів чи голови, тоді маємо до дїла з автосуґестією. Кождий чоловік мав в житю нераз нагоду пізнати, яка то могучість уроєня. Можна завважати її вже у дїтий. Сли пр. дитина в бігу впаде, то лежить звичайно довшу хвилю і кричить не пробуючи навіть встати. Думає воно, що зломило щось в собі і не є вже в силї само з себе встати. Сли опісля лагідно говорить ся йому, що нічого злого собі не зробило, то встає само, тому що припущенє »зломилось щось« зістало виперсвадоване. Сильно дїлає суґестив-

ність на свідомість в медицині. Много людий, т. зв. гіпохондрів думає, що терпить на якісь недуги і відчуває ріжні стисло означені болї; як вичитають случайно щось близшого о сего рода недузї, то здає ся їм, що можуть сконстатувати докладно на собі всї ті прояви, о яких в лексиконі чи деінде написано. Таким хорим принесе ся полекшу лише тоді, як се хоробливе переконанє, жерело їх терпінь, знищимо через суґестію. Також і при дійсно існуючих недугах суґестивний вплив на свідомість причиняє ся дуже до виздоровленя. Роблено вже нераз досвіди, що цілковитий неук в штуці лїкарській осягає часто дуже добрі успіхи одиноко через віру, яку потрафив викликати в свої здібности. Також і найздібнійший лїкар не може обійти ся без довіря до себе і своєї штуки.

В многих случаях віра і довіре причиняє ся більше до виздоровленя, чим ліки. Зробили раз такий досвід, що дали недужому, який терпів на безсонність, місто порошку насонного цукрової мучки. Лїкар, що зробив се, потрафив на підставі доказів переконати о неминучім додатнім успісі, наколи зажиє сего середника. І дійсно сей невинний середник так поміг як найлучший практикований середник лїкарський.

Шарпіньон оповідає такий случай: Оден лїкар лїчив недужого на паралїж язика. Тому, що довготревале лїченє показало ся безхосенним, постановив ужити нового знаряду, який сам був винайшов, а з якого надіяв ся додатного успіху. Представивши се хорому, хотів передівсім зміряти температуру язика і в тїй

цїли вложив йому до уст кишенковий термометер.

Якже здивував ся, як за хвилину хорий нараз крикнув, що є цїлковито здоровий і що може вже свобідно володїти язиком. Представляв собі він, як се опісля показало ся, що мав вже в устах сей прилад, о якім перед тим лїкар говорив йому.

Подібний случай приключив ся д-рови Бернгаймови: До його клїнїки прийшла дївчина, що терпіла на цїлковитий брак голосу (нервозна афонія). Професор Б. післав по електричну машину, однак хотїв спершу досвідчити словної суґестії. Натиснув полегки її гортанку а віднявши пальцї сказав: »Тепер можеш говорити вже голосно«. Хора дїйсно промовила, а з давнїйшої афонії не остало слїду. Як величезною силою є уроєнє вказує ясно факт, за якого правду не мож сумнївати ся. В однім поспішнім російськім потягу удав ся кондуктор до холоднї, яка звичайно є при тих потягах, що перебігають великі віддаленя. Через ошибку замкнули його там так, що підчас руху не міг вийти відтам. Він же знав, що з хвилею як потяг сей рушив, входили в рух і апарати, що витворювали в холоднї велике зимно. Як по кількох годинах відтворили сей віз на одній стації, знайшли кондуктора неживого. Як з записок, які він в смертельнїй тревозї поробив на стїнах, можна було заключати, що переконанєм його було, начеб всї апарати були в руху, що виїмково цїлковито не мало місця. Кондукторови сему здавало ся, що відчуває як температура знижає ся. Відчуванє зимна ставало щораз більше, аж наконець

впав, щоби віддати духа. В дійсности температура виносила около 10 степенів тепла. Очивидно тільки уроєнє забило чоловіка.

Як далеко може сягати вплив уяви на даного осібняка, свідчить пропамятний досвід впрост »смертельний«. Ото кілька лікарів зібравши ся в Копенгадзї в цїли студійованя вражінь імаґінації, постановили одного разу сказаного на смерть, позбавити житя в инший спосіб. Звязали йому очи і завели його на салю призначену на переведенє досвіду. Тут завязали йому очи і зробили лянцетом на руках і ногах поколеня, однак так слабі, що лиш



Смерть засудженого викликана суґестиєю.

кілька крапель крови показало ся. Пацієнт однак будучи переконаним, що отворили ся йому жили а надто чуючи шепіт води навмисно випущеної з чотирьох курків думав, що кров витікає йому з тіла; зі страху обіляний зимним потом, в справдішних конвульсіях закінчив житє.

Хто однак потрафить вплинути на свою уяву в додатний спосіб, переможе трудности, які здають ся, переходити людські сили.

В нормальних обставинах чоловік, якому не дають поживи, умирає в пять до шість днях в страшних болях.

Однак артист-голодожор, Сукчі, потрафить обійти ся без поживи через трийцять день. Се доказує, що не кількадневний брак корму забиває чоловіка, лиш співчасні тому обяви як: біль і тревога. Кому удасть ся побороти біль і тревогу, може позволити собі на експеримент Сукчійого.

Розумієть ся, що не много людий має до сего сильну волю.

Суґестії відграють в житю людськім величезну ролю — також і там, де не виступають так виразно, як в описаних случаях. Всї знатні люди завдячують бодай часть свого поводженя здібности суґерованя людям о своїй знатности. Не мож інакше вияснити собі величезного впливу, який мали на співчасности такий приміром Лютер або Наполеон. Також рекляма управлювана на таку скалю як приміром в Америцї, можлива лише через суґестивність публики.

Кожда привичка є суґестією. Заховуємо ся після нашої привички не думаючи о тім, чи спосіб нашого поведеня є властивий чи нї,

чи проте наша привичка відносна добра чи зла.

Ціла військова карність є нагромадженем суґестій. В ніякій критичній хвилі не будить ся сумнів, що до сліпої конечности слуханя розказів своїх наставників. »Старий Фриц«, пруський король« підчас перегляду своїх військ часто повен здивованя мав задавати собі питаня, чому сї сильні і здорові люди, яким він мусить видавати ся найжорстокійшим ворогом і тираном — чому люди сї не стріляють до него. Одно слово: суґестія дає відповідь також і на се питанє.

Вже сам мундур настоятеля ділає суґестивно пр. на сліпо витрисуваного не лише простого жовніра, але навіть на образованого посадника, лікаря і пруського офіцира. Комічна фарса »Капітан з кепенік« найлучше поучає нас о сїм. Ото старий, немічний, фізично зломаний швець, Фойґт, який сам ніколи не був жовніром, пересидівши 27 літ в мурах заведеня карного, передягає ся в мундур пруського капітана, забирає з собою тузин парадних ґранадієрів пруської ґвардії, обставляє ними кепніцький ратуш, арештує посадника др-а Л., ляйтнанта і відставляє до Берліна, а при сїм всім пруські жандарми свідомі свого обовязку помагають самому »капітанови«. Розуміє ся, що не кождий швець здобуде ся на піддаванє таких зручних суґестій, що побуджують цілий світ до веселого сміху.

Так бачимо, що майже всьо на світі оперте на суґестії в найширшім того слова значіню. Суґестії приємній не опираємо ся, лише спокійно переводимо її на дорогу відосере-

дну. Є се суґестія симпатична. Симпатична суґестія посідає в собі завсіди змаганє до здійсненя.

Суґестія несимпатична може на яві рідко зреалізувати ся.

Сли у снї здібність критичного суду усипає, то до певної границї суґестія несимпатична збуджає автосуґестію. Всї суґестії звернені проти змаганям природи, як проти змаганя самозахованого або змаганя до розмножуваня, або через право людське освяченим засадам морали, витворюють як суґестії несимпатичні, автосуґестії відпорні, о впрост противних напрямах. Піддаванє суґестій властивим способом так, щоби вони дїйсно зреалїзували ся, **є великою тайною поводженя в відносинах з людськими.**

До сего належить в першій мірі здібність приміненя. Не оповідай свому ближньому що його нудить, лиш те, що підпадає під круг його інтересів, або щось, що може взагалї його інтересувати; інакше будуть тебе уважати за дурака, а на твої слова не будуть звертати достаточної уваги. Ізза сего легко можеш найти ся в положеню, що в хвили, коли тобі на суґестії много буде залежати, слова твої будуть лише пустим звуком.

В товариськім житю не конче треба бути визнатною особою, але треба вміти своє товариське становище в цїлости виповнити, се значить треба для себе зажадати тої пошани яку віддає ся иншим. Тодї лише твоя суґестія приємна або неприємна впаде на ґрунт податний; суґестію же несимпатичну тим більше будуть відчувати.

»Чи потребуєте чого?« — питає купець. »Ні!« — і двері замикають ся. Сарака ходить від хати до хати і часом, хиба лише його нужденна і жадібна міна ділає як суґестія, що принесе йому кілька центів. Однак добросердих мало на світї, іменно задля частого досвіду, що гроші дістають ся у невластиві руки.

Прийшов до мене онодї купець і каже: »Дебрийдень, пане пр. В.!« -- назвав мене поіменно і каже дальше: »Ізза вашого заінтересованя до цвітів і ростин, бажав би я показати вам щось цїлком ориґінального«! Я хвилево заінтересований, позваляю йому увійти; тут подає менї купець єрихонську рожу за цїну одної марки. Даю йому марку і питаю ся: »Відки знаєте мене?« »Я вас не знаю, але ваше назвиско написане на дверях«. — Але відки знаєте, що я інтересую ся ростинами?« »Чейже цїлий ваш бальткон ними позаставлюваний!« — Наколиб купець запитав був: »Чи купите рожу єрихонську?« — »Ні!« — і двері по тім однім слові замкнулиб ся. — Пішов битий лис на перший поверх, дзвонить, знимає чемно капелюх і говорить: »Добрийдень, пане У. Приходжу від пана В. (отже послугує ся знаним назвиском як порученєм)........« — приготовляє собі в сей спосіб поле для своєї суґестії і продає там також рожу єрихонську.

Велике значінє має суґестія в житю любовнім. Полягає вона на божевільних впливах через симпатичні суґестії. Длятого то суґестії несимпатичні є тимбільше болючі, чим більше ми полюбили другу особу і тим менше чого подібного сподївали ся. Бесїдник на народних зборах не повинен своїм слухачам ні-

чого іншого говорити, як лише розвинути думку дрімучу в умах згромаджених а зроджену на підставі оголошеної теми. Лише тоді його суґестія перейде на відповідну відосередну дорогу.

На суґестії полягає ціла система нашого вихованя.

Як учимо діти найнизшого степеня таблички множеня, не можемо ще часто ясно доказати правди наших тверджень. До сего бракує ще тим малим єствам зрозуміня. Ми радше впоюємо в них віру, що то, що говоримо, є правдою і працюємо при помочи суґестії, або що тут має те саме значінє при помочи тресури. Факт сей своєю дорогою до тепер для немногих (навіть між ученими) є чимсь знаним.

Так перед давним часом на устах всіх було імя коня, якого названо »мудрий Івась«. Звіря се належить до пана Остена в Берлїнї. Сей каже, що свого коня навчив таблички множеня і много інших річий в такий самий спосіб, в який поступає ся з дітьми на найнизшім елементарнім степени. І зараз закипіло в щоденній пресї від мудрости редакторів: **Не розум а трехсура у мудрого Івася!**

Чи є в тім яке противоріче?! Чиж що найменше 99 проц. всякої чинности умової також людської і вся праця умова на її початковій, найнизшій степени не полягала на тресурі, се зн. на суґестії?! Випадає тут спімнути, що сей кінь має тепер 12 літ і що його талант чисельний є вже ослаблений, бо задачі з додаваня і відниманя сягають лише до 15. Притім каже властитель, що Іван ізза певного рода »нервозности« не надає ся до науки

і проте думає вишукати інакше молоде і спокійне лоша.

При виховуваню дітий конечне співчутє, вирозумінє і прощанє.

Зачасто прогрішуємо ся тут несимпатичною суґестією, задля чого стають діти вперті і неслухняні.

Дитина хотіла би мати часом се і те, річий часами впрост непонятих. Заперечити, а мимо сего поділати симпатичною суґестією є штука, якої треба учити ся. Приміром: В школї розказує учитель хлопцеви подати долоню, щоби покарати примірно. Хлопець не подає руки компромітуючи тим повагу учителя перед цілою клясою. Що тут робити? Спритний учитель бере ся на спосіб позірного злагодженя своєї першої суґестій поданєм іншої, приємної, або старає ся з іншої сторони зачепити противника. Побуджає він пр. його амбіцію і говорить до хлопця: »Ах, твої руки такі брудні, що не варта їх навіть діткнути ся. Сейчас витягає хлопець обі руки, на які відбирає заслужені удари. Висше спімнені доводженя і приміри повинні вистарчити до виясненя, яке велике значінє в житю мають суґестії, на яких полягають вислїди гіпнотизму.

(Конець першої части).

